

联动构建医媒融合新格局,为权威健康科普插上翅膀

双齐鲁品牌栏目《壹问医答》交亮眼成绩单

记者 王小蒙
通讯员 刘艳 谢静

高权威 强传播

“每个人都是自己健康的第一责任人。”这句话人人皆知。但如何让公众接触到更多、更科学、更权威的健康信息?如何让他们无需更多专业门槛和流程就可以轻松获取、拿来即用?在更多权威医学专家为健康科普鼓与呼的同时,更需构建畅通的传播渠道来助力,两者需紧密配合,缺一不可。

由山东大学齐鲁医院与齐鲁晚报·齐鲁壹点发挥自身优势构建的《壹问医答》健康直播间,以“融媒直播”+“报纸专栏”相结合的公众更加喜闻乐见、覆盖面更广的传播形式,传递出涵盖各医学专业领域的权威信息,发出健康科普最强音。

《壹问医答》构建了一支由资深专家组成的医学团队,他们来自齐鲁医院不同的医学领域,包括内科、外科、妇产科、儿科、神经科、心血管内科等等,具备丰富的临床经验和专业知识,无论您遇到什么健康问题,都可以在《壹问医答》找到答案。

在每次直播的最后,主持人总会说一句,“每周四中午12:30,齐鲁医院大咖将相继上线,敬请关注。”《壹问医答》融媒栏目保持了定时周播的频率,每周四,专家利用宝贵的午休时间,准时走入直播间,与镜头前的广大观众面对面地沟通,在此期间,观众有任何疑问可以随时通过留言的方式反馈给医生,并及时得到相应的解答。直播间的及时互动解答让医疗资源得以有效共享,使得医患沟通更为便捷。而这种互动性

在内容为王、渠道变革的新媒体时代,山东大学齐鲁医院联合强势媒体齐鲁晚报·齐鲁壹点,创办《壹问医答》健康科普融媒栏目,双齐鲁品牌互相借势,全力推动医媒融合,强强联手打开健康科普新格局。34场健康科普直播,34位齐鲁医院权威专家亮相成为健康科普传播者,34个全面覆盖医学各学科领域的实用话题,全网3000万点击量……《壹问医答》融媒栏目开播八个月交出一份亮眼的健康科普成绩单。

和针对性强的科普形式,也大大提高了公众对健康知识的获取和掌握程度。

小切口 大流量

“我嗓子有点哑,持续半年了,以前从来没当回事,看了直播才发现不能掉以轻心。”患者张先生在收看了耳鼻咽喉科主任雷大鹏的节目后,发出如上感慨。

由于医学博大精深、专业知识晦涩难懂,直播容易陷入受众接受度较低的困境。而《壹问医答》每次开播以前,都会由资深专业医疗领域记者与专家进行深度沟通交流,在各学科成百上千的选题中,选取受众最感兴趣、关注度最高的话题进行讲解,采用小切口,以最通俗易懂的话语阐释晦涩难懂的专业医

学知识,让健康科普变得实用又有趣。

“患妇科肿瘤还能当母亲吗?”“感染幽门螺杆菌会得胃癌吗?”“类风湿性关节炎能治愈吗?”……直播选取的小切口,切中了广大读者的关切要点,解答了心存已久的疑问。

“全身莫名疼痛,当心骨质疏松找上门。”“小儿先心病别害怕,绝大多数可治愈。”“小男孩也有难言之隐。”“心衰可别自行停药,早期预防很重要。”……在直播中,专家给出的详尽建议,不仅给病患群体指明了方向,缓解了心中焦虑,也为广大群众提了个醒,及时发现潜在的问题。

喜闻乐见的小切口的方式,也收获了大大的流量。借助省级主流媒体的传播力和影响力,《壹问医答》多期节目全网关注度突破100万大关,34期节目累计观看

量达3000万。

首期节目即迎来开门红,田辉教授带来的《解密胸外科加速康复的齐鲁方案》全网点击量高达116.95万人次,让相对陌生的“加速康复”理念,一次性“植入”更多人的脑海中,也让大家对于肺小结节的诊疗有了全面的认识。宋坤教授和李刚教授分别以“解读三大红颜杀手”和“带你认识‘新癌王’”为主题进行了全面又详尽的专业分享,观看量也是突破百万。

每次直播,可同步在齐鲁医院和齐鲁晚报的双平台进行观看。陪伴着广大公众的午餐,妥妥贡献出一份健康又下饭的“电子榨菜”。

聚合力 筑品牌

“没有全民健康,就没有全



面小康”,要把人民健康放在优先发展的战略地位,加快推进健康中国建设。预防为主是建设健康中国的科学策略,普及健康知识,提升健康素养可以说是推动实现全民健康的一个重要抓手。而健康科普传播正逐渐成为提升人民群众科学素养、促进疾病预防的关键手段。提升居民健康素养是一个系统工程,需要医院和媒体的协同发力、共同参与。

在互联网医学科普的大背景下,齐鲁医院坚持高起点、高站位、高平台合作,与齐鲁晚报·齐鲁壹点携手并进,全面整合各自在医疗领域内的专家、医院、伙伴资源,保证医学内容的正确性、权威性、客观性,通俗易懂,实用性强。同时,依托媒体丰富的平台资源、大数据与AI的精准定位,深挖多元的应用场景,实现精准传播,让权威、科学的医学科普知识及时、广泛地触达公众。

作为双齐鲁品牌互相借势的产物,《壹问医答》科普直播间通过权威专业的医学知识分享和丰富多样的传播渠道,为广大群众提供了全面、及时、准确的健康科普知识,也实现了医学科普宣传领域的资源共享,共同促进医学科普的规范化,打造可及性强、应用性佳的权威医学科普内容,推动全民健康素养的提升,为健康中国建设作出贡献。

在人民对于健康的需求越来越多样化的今天,如何讲好新时代健康科普故事?《壹问医答》科普直播间的成功打造或已经给出了答案。在未来的日子里,山东大学齐鲁医院与齐鲁晚报·齐鲁壹点还将持续探索创新,优化科普传播途径,打造“齐鲁科普品牌”,为进一步推动健康科普惠民利民持续贡献齐鲁力量。

血尿还有真假之分?

无痛血尿易被忽视,鉴别诊断很重要

提到血尿,很多人的第一反应是泌尿系感染或结石。无痛血尿常常被忽视,从而延误了病情诊治。“血尿在临床上非常常见,但并不是尿液呈红色就是血尿,也不是尿色正常就可以排除血尿。”山东大学齐鲁医院肾内科主任杨向东表示,血尿比较常见,最重要的是找到导致血尿的“罪魁祸首”。

记者 王小蒙

查尿常规发现尿中有红细胞及隐血时,首先要确定是“真性血尿”或“假性血尿”。“如果尿中发现红细胞,则为真性血尿。否则,为假性血尿。”杨向东介绍。

据介绍,假性血尿常见于以下几种原因导致:服用会导致尿液变红的药物如华法林、非那吡啶、利福平、布洛芬、去铁胺、苯妥英钠、柔红霉素等;吃了会导致尿液变红的食物如甜菜根、紫萝卜、黑莓、覆盆子、火龙果等富含色素的食物。另外,剧烈运动后也可能出现一过性血尿,这种其实是肌红蛋白尿;女性经期尿液受经血

污染也会出现血尿。

导致真性血尿的原因就比较多,常见的是多种泌尿系统疾病。

杨向东提醒,一旦发现血尿,建议来医院肾内科就诊。首先要明确红细胞的来源。如果尿中的红细胞畸形细胞数超过70%,就可以认为红细胞来自肾脏,称肾性血尿,常见于肾小球肾炎、高血压性肾脏病、狼疮性肾炎等各种肾脏病。

如果尿中红细胞大部分是正常形态的红细胞,就被认为是红细胞来自肾外,比如肾盂、输尿管、膀胱等,称非肾性血尿,常见于炎症、结核、结石、肿瘤、外伤等肾外疾病。如果是肾

性血尿,还要查是否合并有尿蛋白和高血压。如果没有蛋白尿、高血压、水肿,就诊断为隐匿型肾小球肾炎或者薄基底膜肾病。如果肾性血尿合并蛋白尿、高血压的话,有可能是肾小球肾炎、高血压性肾脏病、紫癜性肾炎、狼疮性肾炎等严重的肾脏病,所以一定要仔细检查。

那血尿如何治疗?杨向东表示,如果是肾炎导致的血尿,需要做肾脏病理穿刺活检来明确病理类型,指导下一步的治疗。如果不是肾炎引起的尿潜血,比如是尿路感染、泌尿系的肿瘤等其他原因引起的血尿,这时需要抗感染或者是针对肿瘤来进行对症的治疗。

山东大学齐鲁医院妇产科副主任、产科主任罗霞教授做客《壹问医答》

孕期疑问全解答

记者 王小蒙

一个身体,两个心跳。怀孕是一段奇妙难忘的旅程,当然也会遇到很多孕期方面的困扰……孕吐太严重,快住在卫生间里了!孕期这么多检查,哪些是最重要的?我能吃小龙虾吗?日前,山东大学齐鲁医院妇产科副主任、产科主任罗霞教授做客《壹问医答》栏目,就孕期及产后大家关注的一些常见问题进行了全面解答。

“恶心、晨起呕吐、嗜睡、乏力称为早孕反应。一般停经6周左右出现,12周左右消失。”罗霞表示,如果孕吐过于严重,影响日常生活,则为病理性的,称为妊娠剧吐,需要医护人员帮助渡过此期。

孕期这些需要检查的项目,孕妈们也得记清楚。

罗霞提醒,在早孕期需要检查血糖、丙肝、凝血功能、血型、甲状腺功能等,很多项目如血、尿常规,肝肾功能、HIV梅毒、乙肝是在指定的社区门诊免费检查的。孕中期重点唐氏筛查、糖耐

(OGTT)检查。孕晚期复查血常规、肝肾功能、胎儿监护。

同时,医生还会检查体重、血压、宫高、腹围等项目,评估孕妇和胎儿的状况,及时发现妊娠期高血压疾病、胎儿发育异常(如巨大儿或生长受限)、羊水过多或者过少等。

剖宫产会留下难看的疤吗?罗霞表示,“横切口最大的优点是美观,最大的缺点是再次或者三次手术时视野暴露困难,如果仅仅为了完成剖宫产,横切口是可以满足需求的。”罗霞说,手术切口愈合情况和个人体质相关,只要不是瘢痕体质,一般随着时间的延长,切口会愈合恢复良好。

那孕期能吃小龙虾和冰淇淋吗?对此罗霞表示,孕妇可以根据自身身体情况,适量吃。但提醒孕妇要注意饮食卫生,尤其是在冰箱保存的食物,如果直接进食,容易感染李斯特菌,发生腹泻甚至发热的概率还是很高的。建议孕妇饮食多样化,再好的东西也不能过量食用。